

Spanish

**DISMINUYA EL RIESGO DE CONTRAER LA INFLUENZA:
PIENSE EN VACUNARSE
REDUCE YOUR RISK OF INFLUENZA: THINK VACCINATION**

Cada otoño miles de personas se arremangan las camisas para recibir la vacuna anual contra la influenza. En realidad, el informe del 2005 del Sistema de Salud de la Región de Calgary (*Calgary Health Region*) indica que cada año, más de un cuarto del total de residentes emprenden una larga caminata a una clínica de vacunación. Pero mientras que esta cantidad puede parecer impresionante, las autoridades de salud indican que este número debe aumentar y esperan que este año, con el nuevo esfuerzo por elevar las tasas de vacunación, esto se haga realidad.

Comenzando este otoño, el Sistema de Salud y Bienestar de Alberta (*Alberta Health and Wellness*) ha expandido su programa gratuito de vacunación contra la influenza para abarcar dos nuevos grupos de la población – a los niños y niñas saludables de 24 a 59 meses de nacidos y a los adultos sanos de 50 años y mayores, hasta incluir a los de 64 años de edad.

La Dra. Judy MacDonald, Oficial Médico Suplente de la Región de Salud de Calgary, informa que la decisión de expandir la elegibilidad para obtener la vacuna gratis ha sido una decisión importante. Afirma que ser vacunado/a es la mejor manera de evitar contraer la influenza; un virus respiratorio contagioso que afecta a millones de canadienses cada año. La mayoría de las personas afectadas por la influenza se recupera después de sufrir días de fiebre, dolores de cabeza, dolores musculares y de garganta, además de semanas de tos seca y extrema fatiga. Sin embargo, la infección también mata entre 4.000-8.000 personas anualmente, en su mayoría, personas de edad avanzada.

“Obviamente la influenza no debe tomarse a la ligera” afirma la Dra. MacDonald. “Hemos trabajado arduamente durante años para aumentar la cobertura de la vacuna y la adición de estos dos nuevos grupos debe facilitar poder proteger más a nuestra población”.

Las autoridades sanitarias comenzaron a hacer esfuerzos rampantes para vacunar a individuos contra la influenza hace unos 10 a 15 años atrás. En la provincia de Alberta el enfoque ha sido proporcionar vacunación gratuita a aquellas personas con el mayor riesgo de presentar las complicaciones de la influenza, incluyendo a las personas de avanzada edad, a aquellas con condiciones médicas crónicas, a niños y niñas de 6 a 23 meses de edad, a las mujeres embarazadas y a aquellas personas que podrían transmitir la influenza a los individuos de alto riesgo, incluyendo los contactos en el hogar y los trabajadores de la salud. Este esfuerzo ha alcanzado con cierto éxito – las tasas de vacunación entre los residentes de los centros de cuidado a largo plazo en la Región de Salud de Calgary (*Calgary Health Region*) que es de 95 por ciento y más de 21.000 dosis de vacunas fueron suministradas a los niños y niñas de 6 a 23 meses de edad en el 2007. Pero la tasa de vacunación general todavía está por debajo de otras jurisdicciones a lo largo y ancho del país que tienen programas de vacunación más amplios.

Mientras que el foco será aumentar las tasas de vacunación contra la influenza entre aquellas personas en grupos de alto riesgo, la Dr. MacDonald opina que todo el mundo debe pensar en vacunarse. “Todos/as pueden beneficiarse de la vacuna contra la influenza porque dicha vacuna puede evitar que usted padezca la enfermedad y también puede garantizarle que usted no contagie a otras personas”.

**¿Quiénes son elegibles para vacunarse gratuitamente?
(Who is eligible for a free vaccination?)**

Las personas con un alto riesgo de sufrir complicaciones relacionadas con la influenza incluyendo:

*Adultos y Niños/as con lo siguiente:

- Condiciones médicas crónicas (enfermedades del corazón, de los pulmones, o los riñones, diabetes)

- Cáncer o inmunodeficiencia

*Residentes en instalaciones de cuidado crónico (Ej., Centros de cuidado por largos periodos de tiempo, residencias)

*Personas de 65 años de edad y mayores

*Niños y niñas saludables de 6 a 23 meses de edad

*Mujeres saludables embarazadas y mujeres amamantando

Personas capaces de contagiar la influenza a aquellas con alto riesgo, incluyendo:

*Trabajadores de la salud

* Personas que están en contacto con individuos de alto riesgo de tener complicaciones relacionadas con la influenza

* Personas encargadas del cuidado regular de niños y niñas menores de 24 meses

Nuevos grupos incorporados este año:

*Niños y niñas saludables de 24 a 59 meses de edad

*Adultos saludables de 50 hasta los de 64 años, incluidas ambas edades

**Clínicas ambulatorias para la vacunación contra la influenza en Calgary
(Influenza Vaccination Drop-In Clinics in Calgary)**

Abiertas desde el 15 de octubre hasta el 5 de diciembre

De lunes a jueves: 10:30am a 8:30pm

Viernes, sábados y domingos: 10:30am a 5:30pm

Sin cita – Presentarse en el momento que desee vacunarse, en las direcciones siguientes:

Sunridge Professional Building: Suite 306-2675 36th Street NE

Child Development Centre (CDC): Main Level-3820 24th Avenue NW
(West end of U of C campus)

Comfort Inn & Suites South: Manchester Room, Lower Level-
4611 MacLeod Trail South

Cualquier persona, elegible o no, deberá mostrar la tarjeta de salud de Alberta y un documento identificador con foto en el momento de la vacunación. Le agradecemos que también traiga su dirección en inglés.

Para mayor información, le agradecemos visitar la siguiente página Web:

www.calgaryhealthregion.ca/influenza

Fuente: Revista Apple del 2008, *Health beat*.